

Uwikłani w rodzinne schematy

Jacek Rydlewski Anna Paluszak

Uwikłani w rodzinne schematy

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Psychologia

49,00 zł

numer katalogowy: PR/0403

ISBN: 9788328908376

liczba stron: 216

format: 14,5 cm x 20,8 cm

oprawa: miękka

rok wydania: 2025

Terapeutycznie o rodzicielstwie

Bycie rodzicem to jedno z największych wyzwań - zwłaszcza gdy chcemy dać dzieciom więcej, niż sami otrzymaliśmy. Ta książka pokazuje, dlaczego mimo najlepszych intencji często powielamy znane schematy i jak skutecznie je przełamać.

Autorzy, doświadczeni terapeuci, w przystępnej rozmowie wprowadzają czytelnika w perspektywę systemową, pomagając spojrzeć na rodzinę jako całość powiązanych relacji. Dzięki temu łatwiej zrozumieć źródła trudności, rozpoznać powtarzające się wzorce i świadomie wprowadzać zmiany.

Publikacja stanowi praktyczny przewodnik dla rodziców - pomaga odnaleźć siebie w rodzinnych układach, daje konkretne wskazówki działania i wspiera w budowaniu zdrowszych, bardziej wspierających relacji. To wartościowa lektura dla wszystkich, którzy chcą przerwać błędne koło i stworzyć bezpieczne, pełne zrozumienia środowisko dla swoich dzieci.